

## お手伝いの効能

保育園では、「お当番活動」がありますが、その前段階として「お手伝い」をさまざまな場面で、子どもたちにおこなってもらっています。

お手伝いを頼まれた子ども達は、イキイキとはりきって取り組みます。

ご家庭でも、お手伝いをしてもらう機会をたくさん設けていきましょう。

お手伝いには以下のような効能があります。

### ① 自分に自信がつく

お手伝いをおこないそれが上手く出来ると「自分で出来た・最後まで一人で出来た」という達成感や充実感でいっぱいになり自信がつきます。

また、お手伝いしたことを大人に認められたりすることで、自己肯定感も高まります。

### ② 責任感が育つ

お手伝いをするということは、任されたことを最後までやり通すことが大切になるので、責任感が育ちます。誰かに頼られることは、子どもでも嬉しいものです。

それが家族からであれば、なおさら嬉しいですし、自分も家族の一員だという自覚も生まれます。将来、責任感を持って何事もおこなう人は信頼を得ると思うので、今からその練習だと思ってやり遂げるという機会を持たせていきたいですね。

### ③ 工夫することを覚える

お手伝いでは失敗することもしばしばあります。それをどうしたら失敗しないか試行錯誤するなど、自分で考えて行動していくうちに、工夫することを学んでいきます。

### ④ 身体の発達につながる

お手伝いで細かな作業をすると、手指の発達にもつながりますし、身体使うことで体力が付いたり四肢の使い方も上手になります。また、脳の発達も期待が出来ます。

お手伝いは心だけでなく身体の成長にも役立ちます。

### ⑤ 家族間でコミュニケーションが取れる

子どもにお手伝いを頼むことで、親子の会話はおのずと増えます。そのことで、子どもの心も満たされると、子どもの変化などにも気が付きやすいです。

お手伝いの内容は、2～3歳児は、子どもがすでに出来ること（食事の際にお皿を運ぶ・靴をそろえる・本をきれいにしまうなど）、4～5歳児は、子どもと話し合ってから決めるとうまいと思います。

（岩澤）